



Analisis Trend Penggunaan Media Sosial dalam Pelaksanaan *Cyber Counseling* (Ulasan Penelitian di Indonesia Selama Tahun 2017-2021)

Erly Oviane Malelak

Bimbingan dan Konseling Kristen, IAKN Kupang

Email: malelakerly@gmail.com

Abstrak

Media sosial telah menjadi gaya hidup manusia masa kini dan dapat mendukung pelaksanaan *cyber counseling*. *Cyber counseling* dapat mempermudah pemberian layanan konseling sehingga dapat dilakukan kapan dan di mana saja. Penelitian ini bermaksud melihat trend penggunaan media sosial dalam pelaksanaan *cyber counseling* di Indonesia sejak tahun 2017 hingga tahun 2021. Jenis penelitian ini ialah kualitatif dengan pendekatan analisis konten. Peneliti menggunakan mesin pencari *google scholar* dengan kata kunci yang ditetapkan. Berdasarkan hasil penelitian, ditemukan 14 penelitian yang relevan. Pada tahun 2017 dan 2018 tidak ditemukan penelitian relevan, pada tahun 2019 dan 2020 masing-masing ditemukan 3 penelitian, dan tahun 2021 sebanyak delapan penelitian. *Cyber counseling* dengan menggunakan media sosial merupakan alternatif termudah dalam pelaksanaan konseling berbasis *cyber*. Media sosial WhatsApp yang paling digemari dibandingkan media sosial lainnya. *Cyber counseling* dengan melalui media sosial dapat diterapkan dalam konseling individual maupun kelompok, dan teruji mengatasi berbagai permasalahan. Tren penggunaan sosial media dalam pelaksanaan *cyber counseling* akan terus meningkat, dan diwarnai dengan kemunculan berbagai media sosial lainnya di tahun-tahun mendatang, mengingat siswa saat ini berada pada generasi Z dan Alpha yang identik dengan teknologi, serta perubahan kebiasaan berinteraksi dan berkomunikasi masyarakat akibat adanya pandemi Covid-19.

Kata Kunci: *media sosial, cyber counseling*.

Abstract

Social media has become a lifestyle of today's people and can support the implementation of *cyber counseling*. *Cyber counseling* can facilitate the provision of counseling services so that they can be done anytime and anywhere. This study aims to look at trends in the use of social media in *cyber counseling* in Indonesia from 2017 to 2021. This type of research is a content analysis approach. The researcher used the scholar google search engine with the specified keywords. Results Based on the research, 14 relevant studies were found. In 2017 and 2018 there were no relevant studies found, in 2019 and 2020 each found 3 studies, and in 2021 as many as eight studies. *Cyber counseling* using social media is the easiest alternative to implementing *cyber-based counseling*. WhatsApp is the most popular social media compared to other social media. *Cyber counseling* through social media can be applied in individual and group counseling and has been proven to overcome various problems. The trend of using social media in the implementation of *cyber counseling* will continue to increase, and meet with the emergence of various other social media in the coming years, considering that students are currently in the Z and Alpha generations which are identical with technology, as well as changes in community interaction and communication habits due to the pandemic. Covid-19.

Keywords: *social media, cyber counseling*.

PENDAHULUAN

Manusia dan peradaban bagaikan dua hal yang tak dapat dipisahkan, keduanya akan terus saling mempengaruhi. Kemajuan teknologi merupakan wujud nyata peradaban yang terjadi. Manusia menghasilkan

teknologi, dan manusia juga menyesuaikan diri dengan teknologi tersebut. Berbagai aspek kehidupan manusia terdampak kemajuan teknologi ini, satu di antaranya pola komunikasi dan interaksi sosial yang turut berubah. Kebiasaan manusia yang dulunya hanya berinteraksi secara nyata kini beralih ke dunia maya dan menjadi hal yang lazim dilakukan. Hadirnya berbagai media sosial menjadi pendorong peralihan komunikasi interaksi sosial ke arah virtual.

Kaplan & Haenlein (Sulianta, 2015) mendefinisikan media sosial adalah sekelompok aplikasi berbasis internet. Lebih lanjut Ahlqvist, dkk (Sulianta, 2015) media sosial digunakan untuk melakukan interaksi sosial yang dimanfaatkan untuk memproduksi, berbagi dan bertukar informasi secara virtual. Media sosial merupakan media yang di desain untuk memudahkan interaksi sosial yang bersifat interaktif dengan berbasis teknologi internet yang mengubah pola penyebaran informasi dari sebelumnya bersifat satu ke banyak audiens, tetapi sekarang ke banyak audiens (Sisrazeni, 2017). Supriyanto et al., (2020) mengklasifikasikan pendapat para ahli tentang media sosial terbagi atas media sinkron dan sinkron. Media sinkron adalah media untuk bertukar informasi atau dialog atau percakapan antara konselor sekolah dan siswa melalui pengiriman pesan. Sedangkan media sinkron adalah media yang dapat menyinkronkan tampilan objek media dengan perangkat sehingga video dan suara ditampilkan secara tatap muka melalui konferensi video, konferensi web, dan virtual dunia dalam kelompok atau individu.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa media sosial telah menjadi gaya hidup manusia masa kini. Hampir setengah dari generasi Z terkoneksi dengan internet dalam kurun waktu lebih dari 10 jam sehari; hasil penelitian lain menyebutkan bahwa sebagian responden lebih mudah dan merasa lebih nyaman dalam berkomunikasi secara virtual (Sachs; Schwieger & Ladwig dalam Malelak et al., 2021). Kebiasaan pada generasi Z yang identik dengan teknologi dan dunia virtual ini secara tidak langsung berpengaruh terhadap kepribadian mereka. Di Indonesia, lebih dari sebagian penduduk Indonesia merupakan pengguna aktif media sosial. Berdasarkan laporan berjudul *Digital 2021: The Latest Insights Into The "State of Digital"* pada tahun 2021, dari total 274,9 juta penduduk di Indonesia, 170 juta diantaranya telah menggunakan media sosial atau setara dengan 61,8% (<https://wearesocial.com>), terjadi peningkatan dari tahun sebelumnya sebesar 10 juta atau sekitar 6,3% dibandingkan bulan Januari 2020 (<https://tekno.kompas.com>).

Perubahan komunikasi dan interaksi sosial ini juga turut memberikan dampak terhadap pelaksanaan konseling. Konseling yang biasanya dilakukan secara tatap muka kini dapat dilakukan secara virtual dengan memanfaatkan media sosial. Konseling secara virtual dikenal dengan istilah *cyber counseling* atau konseling *online*. *Cyber counseling* merupakan layanan profesional antara konselor dan konseli yang terpisah jarak dan waktu dengan memanfaatkan teknologi internet baik interaktif maupun non interaktif, baik secara langsung dan ataupun tidak langsung, dengan menggunakan situs yang aman dan berisi informasi-informasi yang senantiasa diperbaharui, dimana layanan konseling bisa diberikan melalui email, chat, video conferencing, yang aman (Wibowo, 2016). Lebih lanjut Haberstroh & Duffey (2011) menjelaskan pelaksanaan *cyber counseling* berupa komunikasi antar konselor dan konseli melalui streaming video dan audio.

Glading membagi *cyber counseling* menjadi beberapa jenis, yaitu konseling individual, konseling kelompok dan konseling pasangan yang dilakukan berdasarkan e-mail, chat dan video (Taneo, dkk 2021). Adapun aplikasi media sosial yang dapat digunakan dalam pelaksanaan *cyber counseling* seperti WhatsApp, Facebook, Instagram, Twitter, Line, Snapchat, dan berbagai aplikasi atau media sosial lainnya, menyediakan fitur *chat* dan *video call*. Pemanfaatan kedua fitur ini dalam *cyber counseling* disesuaikan dengan kesepakatan bersama antara konselor dan konseli. Selain memanfaatkan aplikasi media sosial, *cyber counseling* juga dapat dilaksanakan melalui aplikasi *video conference* seperti Google Meet, Zoom dan lainnya, dimana aplikasi-aplikasi ini dapat dimanfaatkan untuk melakukan konseling dalam format kelompok.

Cyber counseling dapat mempermudah pemberian layanan konseling sehingga dapat dilakukan kapan dan di mana saja tanpa perlu hubungan tatap muka (*face to face*). Kelemahan *cyber counseling* meliputi kurangnya pengetahuan dan kemampuan khusus yang dimiliki oleh konselor dalam berkomunikasi melalui *chat* dan kurangnya keterampilan dalam menulis teks untuk menghindari kesalahpahaman dalam proses konseling (Mansyur et al., 2020).

Idealnya pelaksanaan *cyber counseling* pada jenjang pendidikan dapat dilaksanakan melalui media berupa aplikasi atau website yang disediakan oleh sekolah. Namun, realitanya pengembangan aplikasi membutuhkan biaya yang besar dan perlu dilakukannya riset yang menunjukkan bahwa aplikasi tersebut efektif digunakan.

Mengatasi hal ini, aplikasi media sosial dapat dijadikan sebagai media pelaksanaan *cyber counseling*.

Pelaksanaan *cyber counseling* dengan memanfaatkan berbagai aplikasi media sosial telah teruji efektif dalam mengatasi berbagai persoalan yang dialami siswa, di antaranya: 1) mereduksi perilaku kecanduan game online, keterbukaan diri, maupun kepercayaan diri (Prasetiawan, 2016; Puspita et al., 2019; dan Sugiarti, 2020).

Jenis media sosial terus mengalami perubahan, perubahan ini berdampak terhadap penyesuaian dalam penggunaannya. Oleh karena itu penelitian ini bermaksud melihat trend penggunaan media sosial dalam pelaksanaan *cyber counseling* di Indonesia sejak tahun 2017 hingga tahun 2021.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan ialah kualitatif dengan pendekatan analisis konten. Analisis konten merupakan desain penelitian prosedural yang menghasilkan kesimpulan valid dari sebuah teks (Weber, 1990). Penelitian ini bersifat pembahasan mendalam terhadap isu suatu informasi tertulis atau tercetak pada media massa. Peneliti melakukan analisis konten terhadap penelitian-penelitian terdahulu tentang penggunaan media sosial dalam pelaksanaan *cyber counseling* di Indonesia selama tahun 2017 hingga 2021.

Peneliti menggunakan mesin pencari *google scholar* dengan kata kunci “penggunaan media sosial dalam pelaksanaan *cyber counseling*” dan “penggunaan media sosial dalam pelaksanaan konseling *online*” dalam bahasa Inggris dan bahasa Indonesia. Hasil pencarian kemudian diseleksi lagi dengan ketentuan: 1) merupakan hasil penelitian yang telah dipublikasikan dalam bentuk jurnal ilmiah pada tahun 2017 hingga 2021, 2) Hasil penelitian bukan merupakan studi literatur, 3) *Cyber counseling* yang digunakan hanya untuk layanan konseling individual dan konseling kelompok, dan 4) Memuat salah satu jenis media sosial.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelusuran pada *google scholar* tentang tren penggunaan media sosial dalam *cyber counseling* selama tahun 2017 sampai 2021, ditemukan empat belas penelitian yang relevan. Penelitian-penelitian tersebut terangkum pada tabel berikut:

Tabel 1, Penggunaan Media Sosial dalam Pelaksanaan *Cyber Counseling* di Indonesia Tahun 2017-2021

Tahun	Judul Penelitian	Media Sosial	Sumber
2017	-		
2018	-		
2019	Aplikasi <i>Cyber Counseling</i> dengan Mengoptimalkan WhatsApp Berbasis Komputasi <i>Mobile</i>	WhatsApp	(Budianto et al., 2019)
	Penerapan Whatsapp sebagai Media Bimbingan Konseling Metode <i>Forward Chaining</i> Berbasis <i>Smartphone</i>	WhatsApp	(Mbayu & Budianto, 2019)
	Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Berbasis <i>Cyber-Counseling</i> Via WhatsApp terhadap Keterbukaan Diri Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Semester 4A Universitas Bengkulu	WhatsApp	(Puspita et al., 2019)
2020	Penerapan E-Konseling Berbasis WhatsApp dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri pada Peserta Didik SMK Negeri 5 Banjarmasin	WhatsApp	(Sugiarti, 2020)
	<i>Teacher professional quality: Counselling services with technology in Pandemic Covid-19</i>	WhatsApp Facebook Instagram Zoom Webex	(Supriyanto et al., 2020)

		Google meet Hangout	
	<i>The Use of Facebook as a Media for Career Guidance and Counseling Services in Junior High School</i>	Facebook	(Kholiq & Solehuddin, 2020)
2021	Best Practice Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling Selama <i>School From Home</i> pada Siswa melalui Media WhatsApp Interaktif	WhatsApp	(Supraptini, 2021)
	Pelaksanaan Konseling Client Center dengan Media Online di Madrasah Tsanawiyah Swasta Nurul Islam Indragiri Hulu	WhatsApp	(Zatrahadi et al., 2021)
	Pengaruh Konseling Online Menggunakan Teknik Desensitisasi Sistematis terhadap Kecemasan Siswa pada Saat Presentasi di SMPN 232 Jakarta	WhatsApp	(Mamesah & Nur Utami, 2022)
	Teknik <i>Assertive Training</i> Secara Daring untuk Meningkatkan <i>Self Esteem</i> Siswa Kelas VII SMP Negeri 2 Soreang	WhatsApp	(Nanin et al., 2021)
	Penggunaan Konseling Online dengan Teknik Relaksasi pada Orang Dalam Pengawasan (ODP) Covid-19: Sebuah Studi Kualitatif	WhatsApp	(Kasmi & Nurjannah, 2021)
	Upaya <i>Cybercounseling</i> dalam Mengatasi Kejenuhan Siswa Belajar dari Rumah di Era Pandemi Covid 19	WhatsApp Zoom	(Pristanti, 2021)
	Peranan Guru BK dalam Mengatasi Kesulitan Belajar Siswa Menggunakan E-Konseling di SMP Negeri 2 Jatibarang	Google Meet	(Ibnudin & Purnama, 2021)
	Efektivitas Ecite dalam Meningkatkan Konseling Individual Via Telegram	Telegram	(Dewi & Palmita, 2021)

Penelusuran dilakukan dengan menggunakan kata-kata kunci berikut: Konseling online, media sosial, konseling online/*cyber counseling* melalui Facebook, WhatsApp, Twitter, Instagram, Zoom, Google Meet, Telegram, Instagram, Youtube, dan Tik Tok. Nama media sosial yang dipilih merupakan media sosial yang paling banyak digunakan di Indonesia.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa pada tahun 2017 dan 2018 tidak ditemukan penelitian relevan, pada tahun 2019 ditemukan tiga penelitian, tahun 2020 sebanyak tiga penelitian dan tahun 2021 sebanyak delapan penelitian. Dalam penelusuran ditemukan banyak artikel penelitian yang terkait, akan tetapi setelah dilakukan pengecekan lebih lanjut ditemukan bahwa artikel-artikel penelitian tersebut tidak memenuhi kriteria penelitian yang telah ditetapkan. Banyak ditemukan artikel dengan metode penelitian studi literatur dan tidak dicantumkan jenis media online yang digunakan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa media sosial dapat digunakan untuk melakukan *cyber counseling*, baik dalam bentuk individu maupun kelompok. Aplikasi-aplikasi media sosial ini juga telah teruji keefektivannya dalam pelaksanaan *cyber counseling*. Diantaranya, aplikasi WhatsApp efektif digunakan dalam pelaksanaan *cyber konseling* (Budianto et al., 2019; Mbayu & Budianto, 2019; dan Supraptini, 2021) dan juga telah teruji dapat mengatasi berbagai permasalahan diantaranya meningkatkan keterbukaan diri siswa (Puspita et al., 2019), meningkatkan kepercayaan diri siswa (Sugiarti, 2020), menubuhkan kemandirian, pengelolaan emosi

serta pengambilan keputusan yang tepat bagi masa depan siswa ((Zatrahadi et al., 2021), menurunnya tingkat kecemasan siswa pada saat presentasi (Mamesah & Nur Utami, 2022), adanya perubahan dari dalam diri siswa yang mampu menilai dirinya, mampu berpikir positif serta dapat menyesuaikan diri dengan baik (Nanin et al., 2021), memberikan dampak positif karena mampu membawa subjek pada perubahan yang diinginkan yaitu kembali beraktivitas normal tanpa merasa cemas terpapar Covid-19 dan mampu mengikuti proses pembelajaran dengan baik (Kasmi & Nurjannah, 2021), mengatasi kejenuhan belajar dari rumah (Pristanti, 2021).

Selain WhatsApp, aplikasi Google Meet juga teruji efektif digunakan untuk konseling individual maupun kelompok (Ibnudin & Purnama, 2021), aplikasi Telegram teruji efektif digunakan untuk melaksanakan konseling individual (Dewi & Palmita, 2021), Zoom dalam mengatasi kejenuhan belajar dari rumah (Pristanti, 2021), dan Facebook yang dapat digunakan untuk melakukan *cyber counseling* di Sekolah Menengah Atas dan dapat dimanfaatkan untuk melaksanakan *cyber counseling* di masa pandemi (Supriyanto et al., 2020, dan Supraptini, 2021).

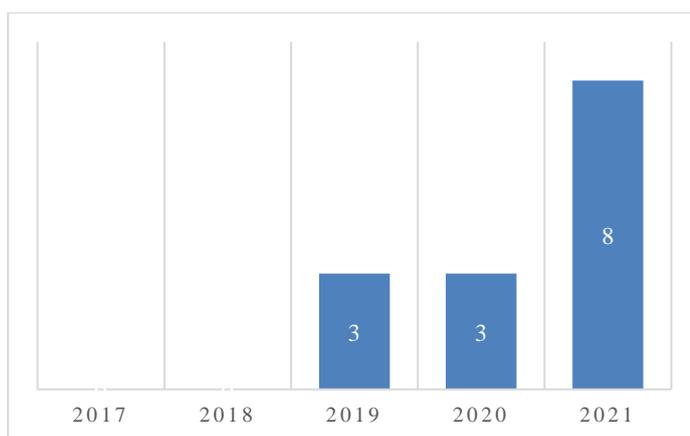
Cyber counseling merupakan pelaksanaan layanan konseling secara virtual atau online dengan memanfaatkan koneksi internet. Keberadaan *cyber counseling* telah lama dikenal yakni sejak tahun 1970-an, namun di Indonesia baru dikenal sejak munculnya aplikasi-aplikasi yang menggunakan jejaring internet seperti jejaring sosial (Malelak, 2020). Kehadiran *cyber counseling* merupakan bukti adanya perubahan layanan konseling dari konvensional menjadi ke dalam jaringan.

Terdapat banyak literatur yang menulis tentang *cyber counseling* hal ini mengindikasikan bahwa *cyber counseling* telah menjadi tren baru dalam pelaksanaan layanan konseling. Tawaran kelebihan *cyber counseling* yang dirangkum dalam (Malelak, 2020) di antaranya: praktis, memfasilitasi pengungkapan diri konseli, cocok untuk generasi milenial dan generasi Z, menghemat waktu dan biaya, menciptakan kenyamanan dan keterbukaan konseli, menjangkau konseli lebih luas, memberikan kenyamanan dalam berkomunikasi.

Ketersediaan media sosial yang mudah diakses dapat mendukung pelaksanaan *cyber counseling*. Media sosial sangat mempengaruhi gaya hidup pelajar pada jenjang sekolah menengah, yang dikenal dengan generasi Z atau Gen Z. Penelitian (Juwita et al., 2015) menunjukkan bahwa intensitas penggunaan media sosial terus meningkat pada remaja dan telah menjadi gaya hidup mereka.

Perubahan gaya hidup termasuk di dalamnya perubahan cara berkomunikasi dan berinteraksi remaja pada generasi Z bisa berdampak terhadap kenyamanan saat melakukan komunikasi konseling baik secara langsung maupun virtual. Kehadiran media sosial dan gaya hidup remaja yang tergantung dengan media sosial dapat dijadikan sebagai peluang memanfaatkan media sosial untuk melakukan konseling berbasis *cyber* atau *cyber counseling*.

Pada penelitian ini ditunjukkan trend penggunaan media sosial dalam *cyber counseling*. Meskipun *cyber counseling* dengan menggunakan media sosial tengah banyak digunakan dalam pelaksanaan konseling, namun belum banyak penelitian ilmiah yang menunjukkan keefektifan *cyber counseling* dalam pelaksanaan konseling. Grafik di bawah ini dapat menunjukkan hal tersebut.



Gambar: Tren Penggunaan Media Sosial dalam Pelaksanaan *Cyber Counseling* di Indonesia Tahun 2017-2021

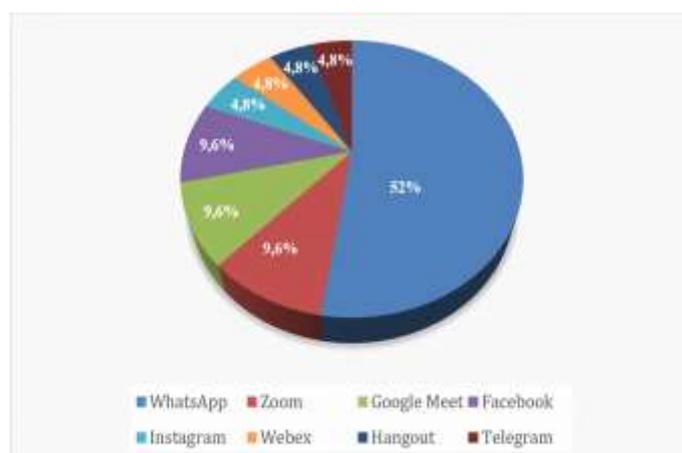
Berdasarkan grafik di atas dapat dilihat bahwa telah ada penelitian tentang *cyber counseling* dengan menggunakan media sosial selama lima tahun terakhir, akan tetapi pada tahun 2017 dan 2018 tidak ditemukan penelitian yang relevan. Hal ini tidak berarti bahwa pada tahun 2017 dan 2018 tidak ada penelitian yang terkait. Ditemukan adanya penelitian terkait, akan tetapi tidak memenuhi kriteria penelitian yang ditetapkan, yakni penelitian yang ditemukan berupa penelitian studi literatur. Selain itu, penelitian ini dibatasi pada lima tahun terakhir, sehingga memungkinkan adanya penelitian serupa yang dilakukan sebelum tahun 2017. Pada tahun 2019 ditemukan tiga penelitian relevan, demikian juga pada tahun 2020 ditemukan tiga penelitian, sedangkan pada tahun 2021 ditemukan delapan penelitian yang relevan dengan jenis media sosial yang bervariasi.

Lonjakan penelitian terkait pemanfaatan media sosial dalam pelaksanaan *cyber counseling* terjadi pada tahun 2021. Hal ini dilatarbelakangi oleh situasi pandemi Covid-19 yang melanda seluruh bumi sejak tahun 2019. Sehingga dilakukan *social distancing* dan pelaksanaan pembelajaran dilakukan dari rumah atau yang biasa dikenal dengan BDR termasuk di dalamnya pelayanan bimbingan dan konseling di sekolah dilaksanakan secara online.

Penelitian-penelitian yang ditemukan hanya merupakan representasi dari kondisi yang terjadi yang tidak atau belum terpublikasi. Layanan bimbingan dan konseling merupakan layanan yang terintegrasi dengan pendidikan, oleh karena itu diyakini banyak guru bimbingan dan konseling yang telah menggunakan media sosial dalam pelaksanaan *cyber counseling* pada situasi pandemi covid-19. Alasan lainnya yaitu covid-19 yang terjadi secara tiba-tiba juga berdampak pada kesiapan guru bimbingan dan konseling dalam pelaksanaan layanan konseling, seperti terlebih dulu menyiapkan aplikasi atau website khusus layanan bimbingan dan konseling. Sehingga, solusi yang paling mudah dijangkau ialah dengan memanfaatkan media sosial.

Fokus penelitian hanya pada pelaksanaan konseling berbasis *cyber* dengan menggunakan berbagai media sosial, sehingga dilakukan pembatasan kata kunci penelusuran. Maraknya aplikasi-aplikasi *cyber counseling* lain yang telah dikembangkan melalui berbagai penelitian dapat dijadikan alasan kurangnya pemanfaatan media sosial dalam pelaksanaan *cyber counseling*. Adapun keterbatasan lain dari penelitian ini yakni hanya mengambil referensi dari penelitian yang telah dipublikasikan dalam jurnal online. Sehingga tidak menutup kemungkinan masih terdapat penelitian lain yang belum terpublikasi.

Tidak semua media sosial dapat digunakan untuk melaksanakan *cyber counseling*. Pemanfaatan media sosial dilakukan karena memiliki fitur *chat* dan dapat melakukan panggilan *video* baik secara pribadi maupun kelompok. Berikut grafik penggunaan media sosial dalam pelaksanaan *cyber counseling* sejak tahun 2019-2021 berdasarkan nama media sosial.

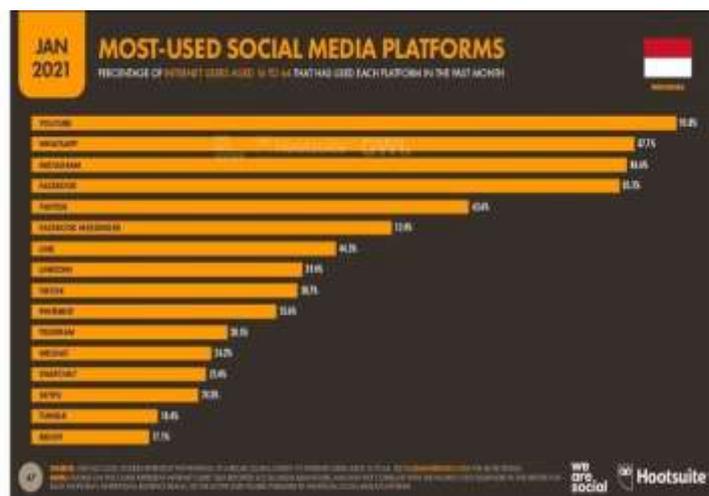


Gambar: Persentase Penggunaan Media Sosial dalam *Cyber Counseling* di Indonesia Tahun 2017-2021

Berdasarkan keempat belas penelitian yang ada, terdapat penelitian yang di dalamnya berisi lebih dari 1 media sosial. Sehingga total media sosial ialah 21. Media sosial yang paling banyak digunakan berdasarkan

temuan penelitian ini ialah WhatsApp. Sebanyak 11 penelitian atau 52% menggunakan WhatsApp, selanjutnya Zoom, Google Meet dan Facebook masing-masing 2 penelitian dengan persentase 9,6%, terakhir Telegram, Instagram dan Webex masing-masing sebanyak 1 penelitian dengan persentase 4,8%.

Pada tahun 2021 aplikasi WhatsApp menempati urutan kedua sebagai aplikasi media sosial yang paling banyak digunakan oleh masyarakat Indonesia. Perbandingan dapat dilihat pada gambar di bawah ini.



Gambar: Persentase Penggunaan Media Sosial di Indonesia
(Sumber: Digital 2021: The Latest Insights Into The “State of Digital, <https://wearesocial.com>)

Banyaknya pengguna dapat dijadikan peluang pelaksanaan *cyber counseling* dengan aplikasi ini. Hal ini sejalan dengan temuan penelitian. Aplikasi WhatsApp lebih bersifat pribadi karena interaksi yang terjalin dengan menggunakan nomor *handphone*. Selain WhatsApp aplikasi Instagram dan Facebook juga merupakan aplikasi dengan jumlah pengguna yang banyak akan tetapi tidak ditemukan penelitian yang relevan.

Berbagai aplikasi media sosial yang ada dapat telah teruji efektif dan dapat dimanfaatkan untuk melakukan layanan konseling online atau *cyber counseling* dengan format individu maupun kelompok, untuk mengatasi berbagai permasalahan yang dialami siswa. Akan tetapi, perlu diingat bahwa perubahan cepat terjadi, munculnya aplikasi media sosial yang baru dapat menggeser aplikasi media sosial yang ada, sehingga mungkin bagi siswa meninggalkan aplikasi media sosial yang lama dan beralih ke yang baru. Guru bimbingan dan konseling perlu memperhatikan hal ini. Terbuka terhadap perubahan perlu dimiliki oleh guru bimbingan dan konseling, selain itu juga perlu memiliki wawasan yang luas terkhususnya dalam memanfaatkan aplikasi-aplikasi yang ada dalam pelaksanaan *cyber counseling*.

Keberadaan *cyber counseling* tidak dimaksudkan untuk mengganti layanan konseling secara konvensional, akan tetapi sebagai pelengkap layanan konseling secara konvensional (*face to face*) dalam ranah teknologi dan informasi (Hardi Prasetiawan, 2016). Selain itu, pada tahun-tahun yang akan datang kebutuhan akan pelayanan konseling secara online akan terus meningkat (Ifdil at al., 2013). Oleh karena itu perlu terus dilakukan penelitian-penelitian tentang *cyber counseling* untuk menguji keefektifannya dalam mengatasi berbagai permasalahan.

Cyber counseling juga memiliki keterbatasan diantaranya pendekatan dalam *cyber counseling* tetap perlu menggunakan pendekatan konseling dan keterampilan komunikasi konseling yang ada. Hal ini perlu menjadi perhatian karena pendekatan dan keterampilan komunikasi yang ada justru kurang efektif jika diterapkan melalui *cyber counseling*. Oleh karena itu diperlukan penelitian lebih lanjut tentang hal ini dan pengembangan pendekatan konseling yang berbasis *cyber*. Selain itu, pelaksanaan *cyber konseling* idealnya tidak jauh berbeda dengan konseling biasanya, dengan memperhatikan kode etik pelaksanaan konseling. Salah satu yaitu batasan kerahasiaan pada *cyber counseling* dapat menjadi isu yang perlu diperhatikan. Media sosial tak luput dari pembajakan dan penyadapan akun sehingga memungkinkan adanya peluang kebocoran informasi percakapan konseling yang dilakukan. Isu ini perlu diantisipasi dengan baik.

SIMPULAN

Cyber counseling dengan menggunakan media sosial merupakan alternatif termudah dalam pelaksanaan konseling berbasis cyber. Media sosial WhatsApp yang paling digemari dibandingkan media sosial lainnya. *Cyber counseling* dengan melalui media sosial dapat diterapkan dalam konseling individual dan konseling kelompok, dan teruji mengatasi berbagai permasalahan yang dialami siswa diantaranya meningkatkan keterbukaan diri siswa meningkatkan kepercayaan diri siswa, menubuhkan kemandirian, pengelolaan emosi serta pengambilan keputusan yang tepat bagi masa depan siswa, menurunnya tingkat kecemasan siswa pada saat presentasi, adanya perubahan dari dalam diri siswa yang mampu menilai dirinya, mampu berpikir positif serta dapat menyesuaikan diri dengan baik, memberikan dampak positif karena mampu membawa subjek pada perubahan yang diinginkan yaitu kembali beraktivitas normal tanpa merasa cemas terpapar Covid-19 dan mampu mengikuti proses pembelajaran dengan baik, mengatasi kejenuhan belajar dari rumah.

Tren penggunaan sosial media dalam pelaksanaan *cyber counseling* akan terus meningkat, dan akan diwarnai dengan kemunculan berbagai media sosial lainnya di tahun-tahun mendatang, mengingat siswa saat ini berada pada generasi Z dan Alpha yang identik dengan teknologi, serta perubahan kebiasaan berinteraksi dan berkomunikasi masyarakat akibat adanya pandemi Covid-19. Oleh karena itu perlu terus dilakukan penelitian-penelitian terkait pemanfaatan media sosial dalam *cyber counseling*, pendekatan dan keterampilan konseling yang dapat digunakan pada *cyber counseling* dan penelitian tentang upaya mengatasi kelemahan pada *cyber counseling* dengan menggunakan media sosial.

DAFTAR PUSTAKA

- Budianto, A. E., Hidayah, N., & Aziz, A. (2019). Aplikasi Cyber Counseling Dengan Mengoptimalkan Whatsapp Berbasis Komputasi Mobile. *Kurawal - Jurnal Teknologi, Informasi Dan Industri*, 2(2), 182–193. <https://doi.org/10.33479/kurawal.2019.2.2.182-193>
- Dewi, C., & Palmita, N. C. (2021). Efektivitas Ecite Dalam Meningkatkan Konseling Individual Via Telegram. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Borneo*, 3(2), 1–8. <https://doi.org/10.35334/jbkb.v3i2.2338>
- Haberstroh, S., & Duffey, T. (2011). Face-to-face supervision of online counselors: Supervisor perspectives. Retrieved from http://counselingoutfitters.com/vistas/vistas11/Article_66.pdf
- Ibnudin, & Purnama, C. (2021). PERANAN GURU BK DALAM MENGATASI KESULITAN SISWA MENGGUNAKAN E-KONSELING DI SMP NEGERI 2 JATIBARANG. *Counselia Jurnal Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam*, 12–22.
- Juwita, E. P., Budimansyah, D., & Nurbayani, S. (2015). Peran Media Sosial Terhadap Gaya Hidup Siswa. *Sosietas*, 5(1). <https://doi.org/10.17509/sosietas.v5i1.1513>
- Kasmi, K., & Nurjannah, N. (2021). PENGGUNAAN KONSELING ONLINE DENGAN TEKNIK RELAKSASI PADA ORANG DALAM PENGAWASAN (ODP) COVID-19 : SEBUAH STUDI KUALITATIF USING ONLINE COUNSELING WITH RELAXATION TECHNIQUE FOR PERSON UNDER SURVEILLANCE COVID-19 : Pendahuluan. 1(1), 11–24.
- Kholiq, A., & Solehuddin, M. (2020). *The Use of Facebook as a Media for Career Guidance and Counseling Services in Junior High School*. 438(Aes 2019), 224–228. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.200513.050>
- Malelak, E. O. (2020). Cyber Counseling di Era New Normal. In *Dampak Pandemi Covid 19: Tantangan dan Peluang dalam Keolahragaan* (Vol. 1, Issue 7, pp. 55–61).
- Malelak, E. O., Taneo, J., & Ufi, D. T. (2021). PROBLEMS OF ONLINE LEARNING DURING THE COVID-19 PANDEMIC IN GENERATION Z Erly. *Paedagoria: Jurnal Kajian, Penelitian Dan Pengembangan Kependidikan*, 12(1), 115–121. <https://doi.org/10.31764>
- Mamesah, M., & Nur Utami, N. (2022). Pengaruh Konseling Online Menggunakan Teknik Desensitisasi Sistematis Terhadap Kecemasan Siswa Pada Saat Presentasi di SMPN 232 Jakarta. *INSIGHT: Jurnal Bimbingan Konseling*, 10(1), 46–52. <https://doi.org/10.21009/insight.101.07>
- Mansyur, A. I., Badrujaman, A., Imawati, R., & Fadhillah, D. N. (2020). Konseling Online Sebagai Upaya Menangani Masalah Perundungan Di Kalangan Anak Muda. *Jurnal Pendidikan Ilmu Sosial*, 29(2), 140–154. <https://doi.org/10.23917/jpis.v29i2.8501>
- Mbayu, S. H., & Budianto, A. E. (2019). Penerapan Whatsapp Sebagai Media Bimbingan Konseling Metode Forward Chainng Berbasis Smartphone. *Semnas SENASTEK Unikama 2019*, 2, 272–276.
- Nanin, R., Hendriana, H., & Siddik, R. R. (2021). TEKNIK ASSERTIVE TRAINING SECARA DARING UNTUK MENINGKATKAN SELF ESTEEM SISWA KELAS VII SMP NEGERI 2 SOREANG. *FOKUS*, 4(6), 476–482.
- Prasetiawan, H. (2016). Cyber Counseling Assisted with Facebook CYBER COUNSELING ASSISTED WITH FACEBOOK TO REDUCE ONLINE GAME ADDICTION Hardi Prasetiawan. *Jurnal of Guidance and Counseling*, 6(1), 28–36.

- Pristanti, N. A. (2021). *Upaya Cybercounseling Dalam Mengatasi Kejenuhan Siswa Belajar Dari Rumah Di Era Pandemi Covid 19*. 110–117.
- Puspita, D., Elita, Y., & Sinthia, R. (2019). ISSN 2599-1221 (Cetak) ISSN 2620-5343 (Online) https://ejournal.unib.ac.id/index.php/j_consilia. *Jurnal Consilia*, 2(1), 66–74.
- Sisrazeni. (2017). Hubungan Penggunaan Media Sosial Dengan Interaksi Sosial Mahasiswa Jurusan Bimbingan Konseling Tahun 2016/2017 Iain Batusangkar. *2nd International Seminar on Education 2017 Empowering Local Wisdom on Education for Global Issue Batusangkar*, 437–448. <http://ecampus.iainbatusangkar.ac.id/ojs/index.php/proceedings/article/viewFile/898/819%0Ahttps://ojs.iainbatusangkar.ac.id/ojs/index.php/proceedings/article/view/898/819#>
- sugiarti, Y. (2020). Penerapan E-Konseling Berbasis Whatsapp dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri pada Peserta Didik SMK Negeri 5 Banjarmasin. *Jurnal Sipatokkong BPSDM Sulawesi Selatan*, 1(2), 137–142. <https://ojs.bpsdmsulsel.id/>
- Sulianta, Feri. 2015. *Keajaiban Media Sosial*. Jakarta: Elex Media Kompetindo.
- Supraptini. (2021). *Layanan Bimbingan dan Konseling, School From Home , WhatsApp Interaktif*. 1(2), 1–7.
- Supriyanto, A., Hartini, S., Irdasari, W. N., Miftahul, A., Oktapiana, S., & Mumpuni, S. D. (2020). Teacher professional quality: Counselling services with technology in Pandemic Covid-19. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 10(2), 176. <https://doi.org/10.25273/counsellia.v10i2.7768>
- Taneo, Joris., Malelak, O. Erly., dan Loban, N. Maria. 2021. *Konseling Kelompok Realitas berbasis Cyber Counseling untuk Meningkatkan Adversity Quotient*. Jogjakarta: Penerbit KBM Indonesia.
- tekno.kompas.com. 24 Februari 2021. *Riset Ungkap Lebih dari Separuh Penduduk Indonesia "Melek" Media Sosial*. (Online) (<https://apple.co/3hXWJ0Lhttps://tekno.kompas.com/read/2021/02/24/08050027/riset-ungkap-lebih-dari-separuh-penduduk-indonesia-melek-media-sosial>), diakses pada 12 April 2022.
- wearesocial.com. 27 Januari 2021. *Digital 2021: The Latest Insights Into The 'State Of Digital'*. (Online) (<https://wearesocial.com/uk/blog/2021/01/digital-2021-the-latest-insights-into-the-state-of-digital/>), diakses pada 12 April 2022.
- Weber, Robert, Philip. 1990. *Basic content analysis* (2nd ed.). United States of America: Sage Publications.
- Wibowo, N. C. H. (2016). Bimbingan Konseling Online. *Jurnal Ilmu Dakwah*, 36(2), 271–287.
- Zatrahadi, M. F., Mudjiran, Nirwana, H., & Karneli, Y. (2021). Pelaksanaan Konseling Client Center Dengan Media Online Di Madrasah Tsanawiyah Swasta Nurul Islam Indragiri Hulu. *Journal of Education and Teaching*, 1(1), 1–13.